



El próximo 9 de marzo se celebra el Día Mundial del Riñón, que este año se dedica a la obesidad, por su influencia sobre la enfermedad renal

## **CUATRO COMUNIDADES ESPAÑOLAS LOGRAN SITUAR EL PORCENTAJE DE ENFERMOS DEL RIÑÓN TRASPLANTADOS POR ENCIMA DEL 60%**

Se trata de las comunidades de Cantabria, País Vasco, Aragón y Navarra, que mejoraron la media española de enfermos renales trasplantados, situada en el 52%, según el último Registro de la Sociedad Española de Nefrología (S.E.N.).

Este Registro muestra que la prevalencia de la enfermedad renal crónica en España creció un 20% en la última década, pasando de 1001 pacientes por millón de población (pmp), en 2006, a 1.211 en 2015.

La prevalencia de las enfermedades del riñón se situó en Cantabria, País Vasco y Aragón por debajo de la media nacional, mientras que en Navarra se situó por encima.

El País Vasco fue la comunidad española con menor número de nuevos casos anuales (98 por millón de habitantes). Cantabria y Aragón estuvieron también por debajo de la media nacional, situada en 134 casos), en tanto que la media de Navarra fue superior.

Aproximadamente el 13,8% de las enfermedades renales que padecen los hombres y el 24,9% de las que padecen las mujeres están asociadas con sobrepeso u obesidad. Las personas afectadas por obesidad tienen hasta un 83% más de probabilidad de padecer enfermedad renal.

**La Sociedad Española de Nefrología (S.E.N.) advierte a la población de la importancia de llevar una vida activa y seguir una dieta saludable para prevenir las enfermedades del riñón.**

**2 de marzo de 2017.-** Cuatro comunidades españolas han logrado situar el porcentaje de enfermos del riñón trasplantados por encima del 60%, según el Registro de la Sociedad Española de Nefrología (S.E.N.) actualizado con los últimos datos de 2015. Este Registro revela que hay algo más de 4 millones personas padecen enfermedad renal crónica (ERC) en el conjunto del territorio español, con un impacto mucho mayor



en hombres que en mujeres. De esos 4 millones de pacientes, algo más de 55.000 están en Tratamiento Renal Sustitutivo (TRS), es decir requieren tratamiento de diálisis o trasplante. La media nacional de pacientes trasplantados no ha dejado de crecer en la última década y se sitúa hoy en el 52%, según el mencionado Registro. Sin embargo, cuatro comunidades españolas mejoran notablemente ese porcentaje, llegando o superando el 60% de pacientes trasplantados. Se trata, por este orden, de las comunidades de Cantabria, País Vasco, Aragón y Navarra (66%, 64%, 62% y 60%).

Según el registro de la S.E.N., Cantabria es asimismo la Comunidad con menor prevalencia de enfermos del riñón. En esta comunidad, como en el País Vasco y en Aragón, la prevalencia de enfermedades del riñón resulta inferior a la media nacional, situada en 1211 pacientes por cada millón de población (pmp). Concretamente, en Cantabria fue de 1008; en el País Vasco, de 1666; y en Aragón de 1667. La prevalencia en Navarra fue de 1288 pmp, ligeramente por encima de la media nacional.

Por su parte, el País Vasco fue la comunidad española con menor número de nuevos casos anuales (98 casos por millón de habitantes). Cantabria y Aragón, con 114 y 117 casos, estuvieron también por debajo de la media nacional, situada en 134 casos, en tanto que la media de Navarra fue superior a la nacional (140 casos).

En su conjunto, la prevalencia de la Enfermedad Renal Crónica (ERC) no deja de crecer en España y cada año unas 6.000 personas con insuficiencia renal avanzan en el deterioro causado por su enfermedad hasta necesitar Tratamiento Renal Sustitutivo (TRS): hemodiálisis, diálisis peritoneal o el trasplante renal.

Concretamente, la prevalencia de la enfermedad renal crónica en España creció un 20% en los últimos diez años, pasando de 1001 pacientes por millón de población (pmp), en 2006, a 1.211 en 2015, un incremento de 200 pacientes por millón de población, según el Registro actualizado de la Sociedad Española de Nefrología (S.E.N.).

Dicho Registro revela también que la mortalidad de la Enfermedad Renal Crónica se ha venido situando por encima del 8% en la última década. Asimismo, muestra que la prevalencia media en adultos de más de 15 años se encuentra en 1418 pmp. Los segmentos de población con mayor prevalencia son, por este orden, el de la población entre 65 y 74 años, con una prevalencia por encima de los 3000 pmp; el de la población de más de 75 años, con una prevalencia de 2638 pmp; y el de la población entre 45 y 64, por encima de 1765 pmp.

El aumento de la incidencia de la Enfermedad Renal Crónica se relaciona con el envejecimiento de la población (el 40% de los mayores de 80 años sufren esta enfermedad frente al 22% de los mayores de 64 años), pero también con hábitos de vida poco saludables y factores de riesgo como la obesidad.



Precisamente, a la **obesidad** está dedicado el **Día Mundial del Riñón de 2017** por su incidencia sobre la enfermedad renal. La obesidad puede causar Enfermedad Renal Crónica de varias formas. Por un lado, puede contribuir indirectamente, induciendo o empeorando la diabetes y la hipertensión, ambas enfermedades bien conocidas como factores de riesgo para la enfermedad renal. Por otro lado, la obesidad podría también causar daño renal directamente, poniendo una carga indebidamente alta sobre los riñones (al fin y al cabo un cuerpo más grande necesita mayor función renal) y también causando cambios metabólicos dañinos como inflamación y oxidación.

Se estima que el 13,8% de la ERC en hombres y el 24,9% de la ERC en mujeres de países industrializados pueden estar asociados con sobrepeso u obesidad. Además de sobradamente conocida su relación con la ERC, la obesidad ha sido también reconocida como factor de riesgo para padecer cálculos renales, así como para varios tipos de cáncer como el cáncer renal. Las personas afectadas por obesidad, tienen un 83% más de riesgo de padecer ERC comparados con aquellas que tienen un peso saludable.

De ahí que la Sociedad Española de Nefrología (S.E.N) quiera aprovechar la celebración del Día Mundial del Riñón para concienciar a la población de la necesidad de llevar una vida activa y una dieta “renalsaludable”. Con ese motivo, ha convocado a través de redes sociales un concurso denominado **#Muevetuspies**, con el que quiere sensibilizar a la población de la importancia de dedicar una hora de actividad física diaria, así como de una serie de hábitos alimenticios favorables para la salud de los riñones, como beber agua en sufi de 4 a 6 vasos diarios de agua, moderar el consumo de bebidas alcohólicas y gaseosas, tomar fruta y verdura en cantidades suficientes, no abusar de la sal en la dieta o evitar en lo posible los alimentos procesados, además de tener precaución en el uso de determinados medicamentos que pueden dañar la función renal.

Para participar el concurso de selfies, ver el perfil **@SEnefrologia** en Twitter y utilizar los hastags **#muevetuspies #cuidatusriñones #ConcursoDMR17 #WorldKidneyDay**.

\*Se adjunta información aparte sobre las bases del concurso.

**Para más información:**

**Gabinete de comunicación de la Sociedad Española de Nefrología (S.E.N.)  
Jesús Herrera / Manuela Hernández (95 462 27 27 / 625 87 27 80)**